ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№21 (95) ноябрь 2007

журнал для тех, кто любит готовить



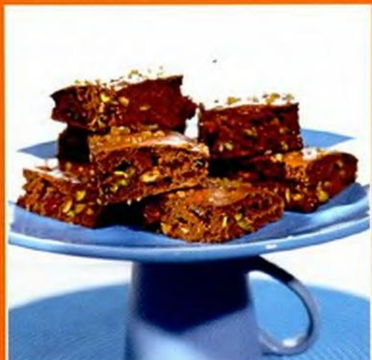














www.gastromag.ru

■ заливное из курицы с овощами ■ салат из краснокочанной и белокочанной капусты ■ суп из шампиньонов и белых грибов ■ суп из пастернака с яблоками ■ свинина с клецками из петрушки ■ китайские паровые пельмени ■ гурули, грузинское блюдо из курицы ■ судак с соусом из сладкого перца ■ спагетти с морепродуктами ■ ризотто с тыквой и песто ■ луковый татэн ■ тыквенный пирог ■ шоколадные бисквиты с клюквой и фисташками

ISSN 1728-6948


Tea Tang
ТИ ТЭНГ
Symbol of Quality
Tea Tang
Quality Tea
Чай, способный изумлять!
Чайный дом ТИ ТЭНГ
тел. (495) 549-62-61, www.teatang.ru
С 1 по 30 ноября 2007 года
во всех магазинах сети РАМСТОР
в каждой третьей пачке чая ТИ ТЭНГ
купон на получение подарка.









Дорогие друзья!
Вы, конечно, помните о конкурсе для влюбленных в кулинарию, который проводят «Школа гастронома» и компания АКМАЛЬКО. На всякий случай напоминаем: чтобы провести День святого Валентина в Париже, поужинать вдвоем с любимым человеком в одном из ресторанов Москвы или провести вечер в уютной французской кофейне, нужно всего лишь прислать оригинальный рецепт горячего блюда и 2 защитных колпачка от бутылочек «Акмалько». И сделать это необходимо до 1 декабря с.г.
Ну а подробности вы можете узнать в «Школе гастронома» №17 (стр. 7), а также на сайте www.akmalko.ru.

Подходит к концу конкурс на лучшие рецепты быстрого семейного обеда, победитель которого получит в подарок кастрюлю для быстрого приготовления Tefal Sesame. Сразу же после 1 ноября будут подведены его итоги. Поторопитесь! Желаем удачи.

Ваша редакция

условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - легкие рецепты
  - рецепты средней сложности
  - рецепты для опытных кулинаров
- Maggi блюда, приготовленные с продуктами МАГГИ®
- * полезный совет

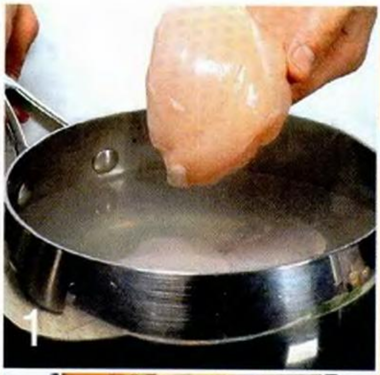
содержание

СПОНСОР РЕЦЕПТА



заливное из курицы с овощами

Время приготовления: 40 мин. + 3 часа
Порций: 8
1 порция: 131,4 ккал
белки – 13,1 г, жиры – 5,5 г, углеводы – 7,3 г








ЧТО НУЖНО:

- **3** куриные грудки
- **2 ст. л.** сливочного масла
- **2** средние луковицы
- **300 г** моркови
- **300 г** цветной капусты
- **20 г** желатина
- **1** лимон
- пучок петрушки
- пучок укропа
- соль, перец по вкусу
- щепотка мускатного ореха

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриные грудки вымыть, положить в **ковш Tupperware©**, отварить до готовности. Вынуть, дать остыть и нарезать небольшими кусочками. Бульон процедить. Отлить немного бульона в миску и замочить в нем желатин.

2 Зелень вымыть, обсушить в **Карусели Tupperware©**. В **измельчителе «Без хлопот»** нарубить зелень.

3 На **терке «Цитрус-экспресс»** натереть лимонную цедру, на **соковыжималке «Цитрус-экспресс»** отжать сок. Положить в миску зелень, мускатный орех, перец, соль и размоченный желатин. Влить 1 стакан процеженного бульона и перемешать.
В **силиконовую форму «Королевская» Tupperware©** влить немного получившейся смеси и поставить в морозильную камеру.

4 Морковь очистить, нарезать кружками на **терке «Веселый кулинар» Tupperware©**. Цветную капусту разобрать на соцветия. Положить овощи в кипящую воду и отварить до готовности, 7 мин. Откинуть на **двойной дуршлаг Tupperware©**.

5 Лук очистить, мелко нарезать в **измельчителе «Без хлопот» Tupperware©**, обжарить в сливочном масле, 5–7 мин. Добавить курицу, увеличить огонь и готовить, помешивая, 5 мин. Снять с огня, смешать с морковью и цветной капустой и дать остыть.

6 Выложить в **силиконовую форму «Королевская»** подготовленную курицу с овощами, влить оставшийся бульон с желатином и поместить в холодильник до полного застывания.

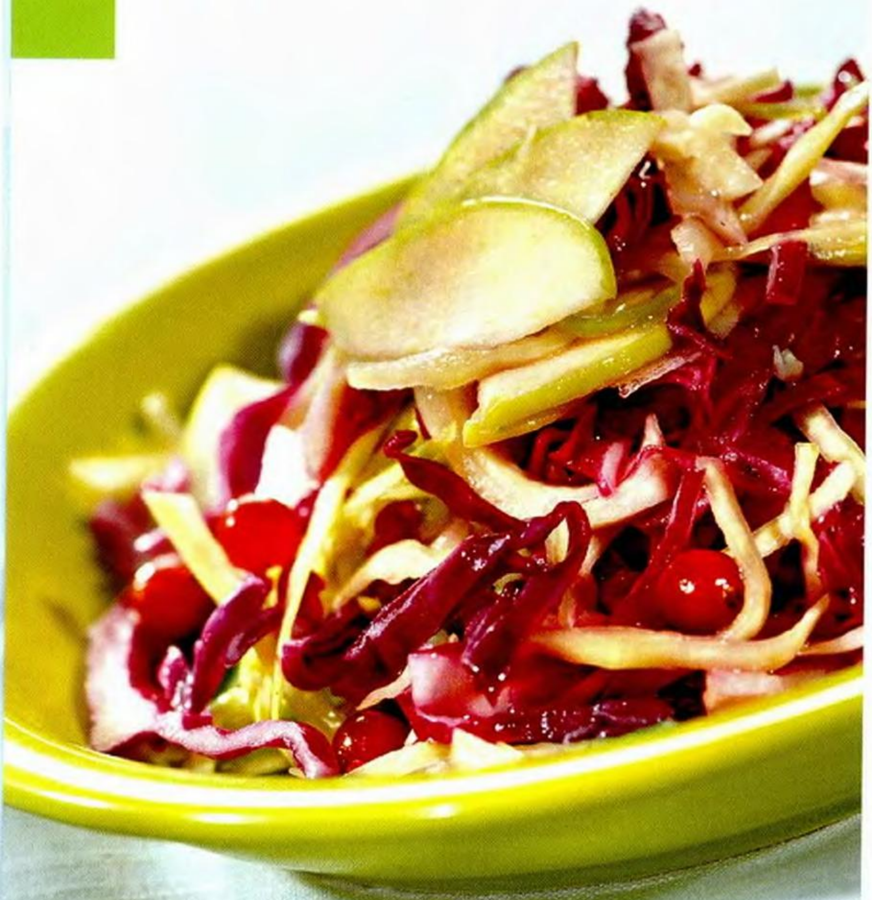
КСТАТИ

«Цитрус-экспресс» – небольшое, компактное изделие, которое сочетает в себе функции соковыжималки и терки. Соковыжималка быстро выжимает сок из цитрусовых, универсальная терка в считанные секунды измельчает шоколад, яблоко, цедру лимона или апельсина.



салат из краснокочанной и белокочанной капусты

ЗАКУСКИ



ЧТО НУЖНО:

- **0,5** небольшого кочана краснокочанной капусты
- **0,5** небольшого кочана белокочанной капусты
- **2** зеленых яблока
- **100 г** свежей клюквы
- **2 ст. л.** сахара
- **1 ст. л.** яблочного уксуса
- **6 ст. л.** растительного масла
- соль по вкусу

Время подготовки: 1 час 30 мин.
Время приготовления: 10 мин.
Порций: 6
1 порция: 233,9 ккал
белки – 3,2 г, жиры – 17,1 г, углеводы – 16,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Всю капусту очистить от верхних грубых листьев, удалить кочерыжки. Нарезать очень тонкой соломкой. Краснокочанную капусту сложить в дуршлаг и опустить на 3 мин. в кипящую воду. Вынуть и сразу же обдать холодной водой. Белокочанную капусту выложить на рабочую поверхность, посыпать небольшим количеством соли и с силой отжать. Сложить оба вида капусты в миску, перемешать. Дать постоять 1 ч.

2 Яблоки вымыть, обсушить, освободить от сердцевины и тонко нарезать. Клюкву перебрать и вымыть.

3 Смешать сахар, уксус и растительное масло. Добавить в миску с капустой яблоки и клюкву, влить подготовленную заправку и перемешать. Дать салату настояться еще 1 ч.


1




3


Лёгкость необыкновенная...
Фестал
Хотите забыть о тяжести в желудке?
Помните всегда про Фестал!
Фестал – ферментный препарат для улучшения пищеварения.
sanofi aventis
Представительство акционерного общества «Авентис Интерконтиненталь» (Франция).
Российская Федерация, 115035, Москва, ул. Садовническая, д. 82, стр. 2. Тел.: (495) 721-14-00. Факс: (495) 721-14-11
Рег. номера: П № 014795/01
RU.OTC.07.07.01. На правах рекламы.



суп из шампиньонов и белых грибов

ЧТО НУЖНО:

170 г	сушеных белых грибов
1	луковица
1	зубчик чеснока
4	веточки петрушки
500 г	шампиньонов
2 ст. л.	сливочного масла
150 г	бекона одним куском
100 мл	белого сухого вина
•	щепотка тертого мускатного ореха
250 мл	сливок жирностью 9%
•	соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6
1 порция: 310,7 ккал
белки – 10,7 г, жиры – 28,1 г, углеводы – 3,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Вскипятить 150 мл воды, положить сушеные грибы и сразу же снять с огня. Накрыть и оставить на 15 мин.

2 Лук и чеснок очистить, измельчить. Зелень вымыть, обсушить и нашинковать. Шампиньоны вымыть и нарезать тонкой соломкой. Бекон нарезать небольшими кубиками.

3 Сливочное масло разогреть в кастрюле. Положить лук и обжарить его на среднем огне, 4 мин. Добавить чеснок, зелень и шампиньоны. Готовить, пока не выпарится вся жидкость.

4 Добавить бекон. Готовить, помешивая, еще 5 мин. Влить вино.

5 Белые грибы откинуть на дуршлаг, настой сохранить. Грибы нарезать кусочками среднего размера.
Положить в кастрюлю грибы вместе с настоем, добавить 350 мл воды. Приправить мускатным орехом, солью и перцем. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 15 мин.

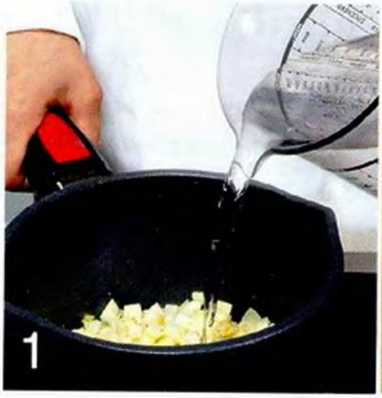
6 Добавить сливки, перемешать. Прогреть суп до необходимой температуры и разлить по тарелкам.

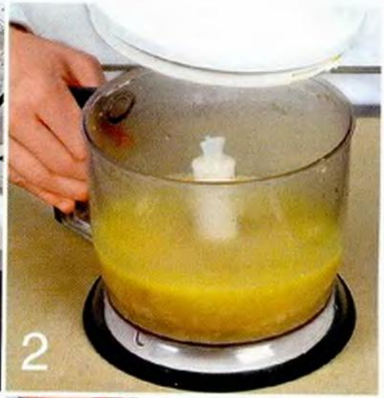


суп из пастернака с яблоками

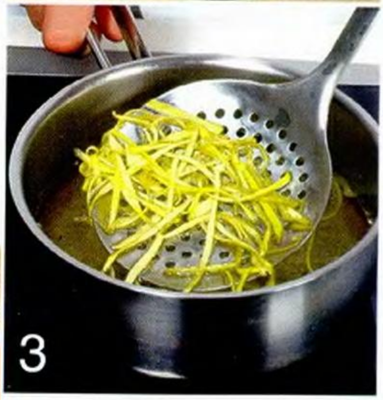
ЧТО НУЖНО:

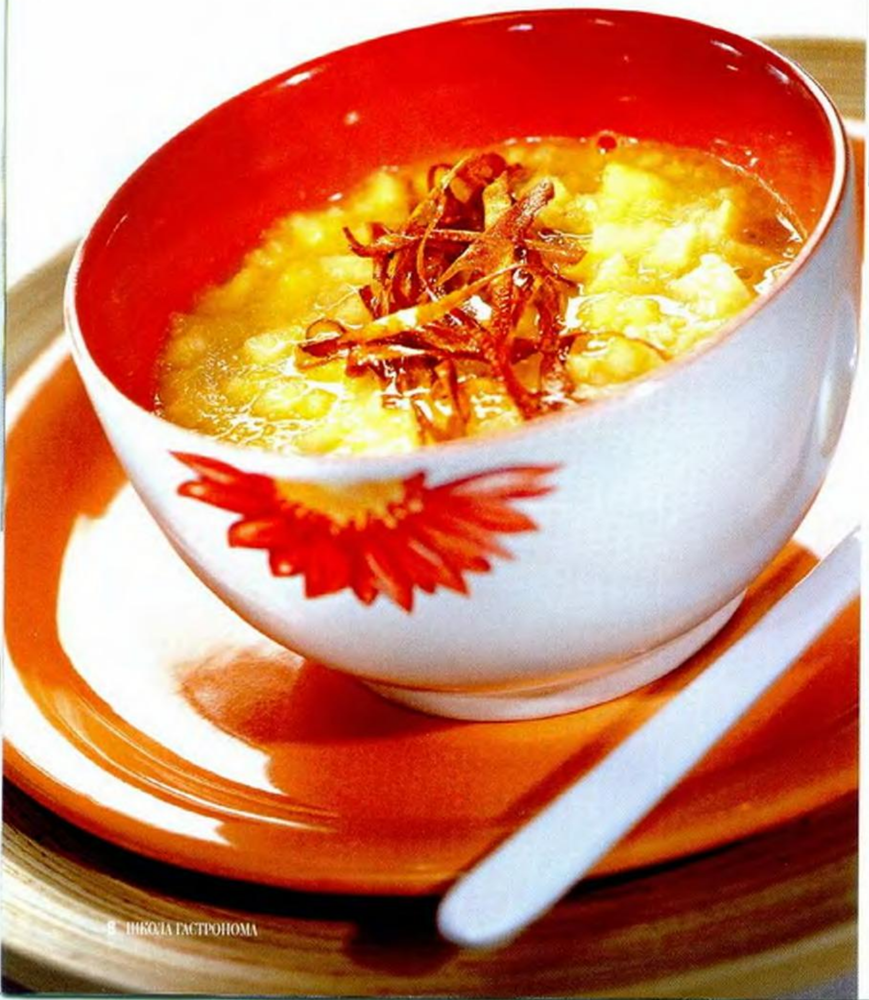
- **1** луковица
- **4** корня пастернака
- **1 ст. л.** сливочного масла
- **1 ст. л.** растительного масла
- **1,5 ч. л.** порошка карри
- **1,2 л** куриного бульона
- **2** зеленых яблока
- **250 мл** (2 стаканчика) натурального йогурта
- **250 мл** кукурузного масла
- соль, черный перец по вкусу





Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 6
1 порция: 380,1 ккал
белки – 1,6 г, жиры – 39,7 г, углеводы – 4,1 г



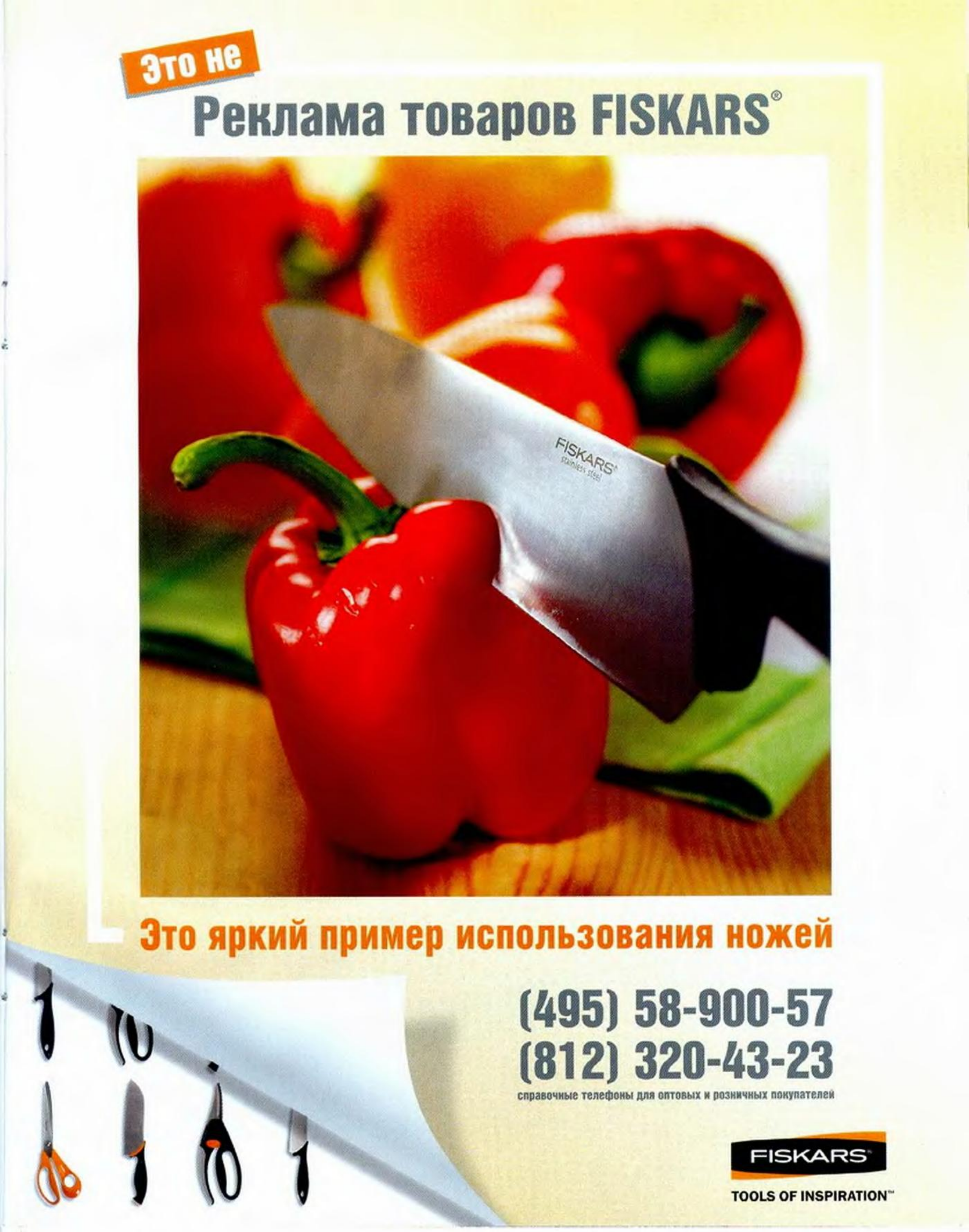


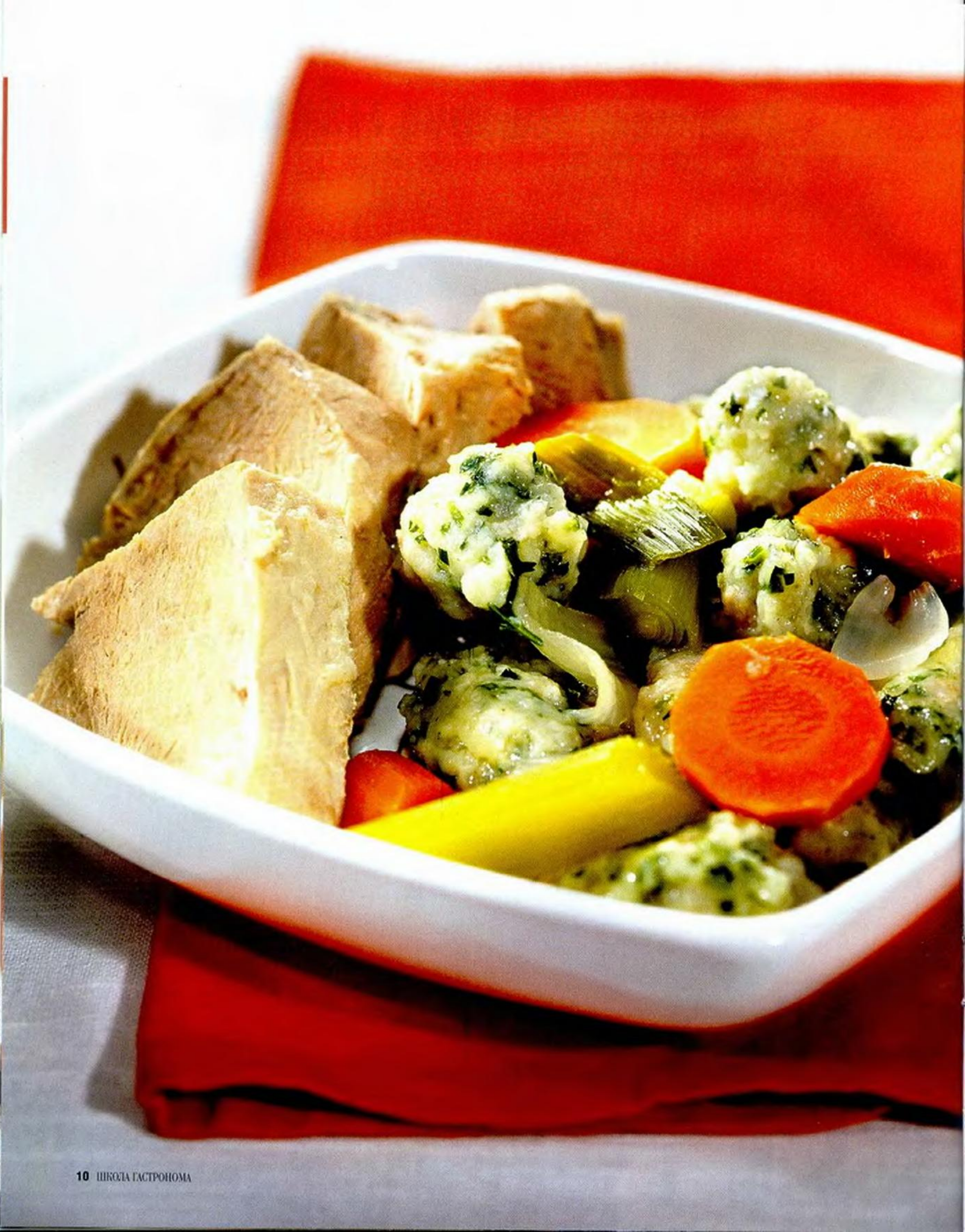
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить, измельчить. Пастернак очистить, нарезать небольшими кубиками. Разогреть в кастрюле сливочное и растительное масло, обжарить лук, 3 мин. Добавить порошок карри, пастернак и бульон. Довести до кипения, уменьшить огонь до слабого и варить без крышки 30 мин. Снять с огня, дать настояться 15 мин.

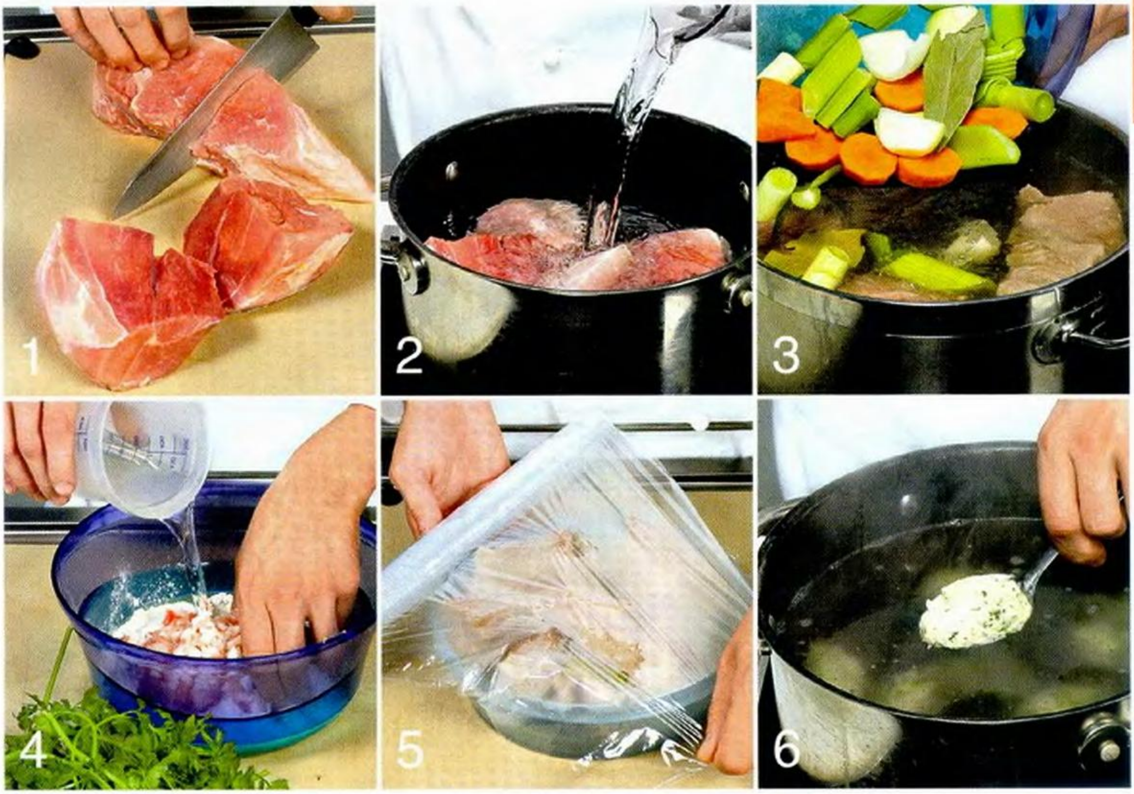
2 Перелить суп в блендер и измельчить в пюре. Вернуть в кастрюлю.

3 Яблоки вымыть; с помощью овощечистки снять кожуру длинными лентами. Разрезать яблоки на 4 части, удалить сердцевину. Мякоть мелко нарезать и добавить к супу вместе с йогуртом. Яблочную кожуру нарезать тонкими длинными полосками. Разогреть кукурузное масло в сотейнике, опустить в него полоски на 30 сек. Переложить на бумажную салфетку, присыпать солью. Суп прогреть до нужной температуры, приправить. Разлить по тарелкам. Присыпать сверху яблочными чипсами.


Это не
Реклама товаров FISKARS®
FISKARS stainless steel
Это яркий пример использования ножей
(495) 58-900-57
(812) 320-43-23
справочные телефоны для оптовых и розничных покупателей
FISKARS
TOOLS OF INSPIRATION™



свинина с клецками из петрушки



ЧТО НУЖНО:

- **1,2 кг** свинины без костей
- **1** морковка
- **1** стебель лука-порея
- **1** луковица
- **1** стебель черешкового сельдерея
- **2** лавровых листа
- **4** коробочки кардамона
- **4** гвоздики
- **1 ч. л.** семян кориандра
- **0,5 ч. л.** горошин черного перца

Для клецек:

- **250 г** муки
- **125 г** сала
- **1 ч. л.** соли
- средний пучок петрушки
- **2** веточки тимьяна

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 6
1 порция: 863,7 ккал
белки – 37,5 г, жиры – 64,5 г, углеводы – 33,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть, разрезать на 6 кусков.

2 Положить мясо в большую кастрюлю. Влить столько воды, чтобы она только прикрывала свинину. Поставить кастрюлю на сильный огонь, дать закипеть. Уменьшить огонь до слабого, шумовкой снять пену.

3 Морковь и лук очистить, порей и сельдерей вымыть. Нарезать овощи крупными кусками, добавить в кастрюлю вместе со всеми пряностями и солью. Готовить на несильном огне 2 ч. При необходимости можно подлить немного воды – столько, чтобы мясо оставалось прикрытым жидкостью.

4 **Приготовить клецки.** Сало нарезать очень маленькими кусочками, смешать с мукой и солью. Петрушку и тимьян вымыть, измельчить.
Влить в муку с салом 200 мл воды, тщательно размешать, чтобы не было комков. Добавить измельченную зелень.

5 Готовое мясо вынуть из бульона, накрыть. Сохранять теплым до подачи к столу.

6 Бульон вновь довести до кипения. Клецки порциями выкладывать в бульон и варить 15 мин. На сервировочное блюдо выложить куски мяса и клецки, полить бульоном. Можно подать с отварными овощами.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

китайские паровые пельмени



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **2** стакана муки
- **2** яйца
- **3/4** стакана воды
- щепотка соли

Для фарша:

- **200 г** говядины
- **200 г** свинины
- **100 г** баранины
- **2 ст. л.** сливок жирностью 9%
- **50 г** сливочного масла
- **1** луковица
- щепотка молотого мускатного ореха
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 2 часа 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 704,5 ккал
белки – 31,4 г, жиры – 39,4 г, углеводы – 56,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку с солью просеять горкой. Сделать сверху углубление, влить 1 яйцо и воду. Вымесить крутое тесто, накрыть и оставить на 30 мин.

2 Лук очистить, измельчить. Говядину, свинину и баранину очень мелко порубить ножом, положить в миску. Добавить лук, сливки, масло, мускатный орех, соль и перец. Вымесить фарш.

3 Тесто скатать в жгут толщиной 3 см. Разрезать на кусочки длиной 1 см. Каждый кусочек раскатать в тонкую лепешку.

4 Положить в центр каждой лепешки по 2 ч. л. фарша. Края теста подтянуть к центру и плотно соединить. Формой пельмени должны напоминать мешочек.

5 Оставшееся яйцо слегка взбить, смазать им пельмени. Выложить пельмени на поднос или разделочную доску и поставить в холодильник на 1 ч.

6 В **кастрюле Zepter** вскипятить воду. Поставить сверху **пароварку Zepter**. Выложить пельмени, накрыть крышкой и поставить на огонь. После того как стрелка термоконтроллера достигнет середины зеленого поля, готовить 20 мин.

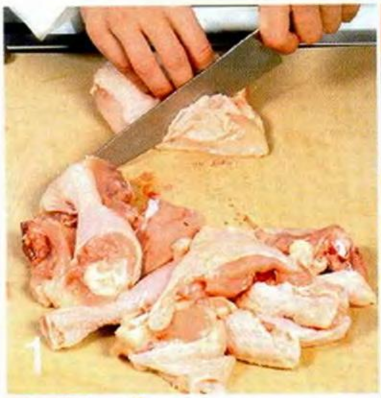
КСТАТИ

Многоярусная Zepter-СИСТЕМА позволяет готовить продукты на пару или несколько блюд одновременно, что значительно экономит время и электроэнергию. Благодаря термоаккумулирующему дну продукты в этой системе можно готовить без добавления воды и жира.

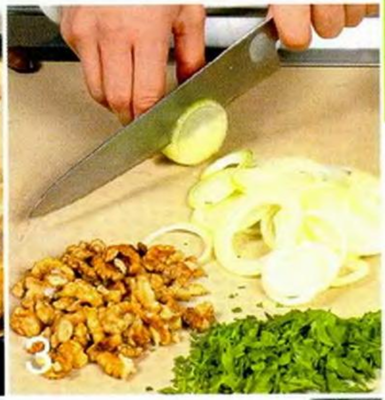


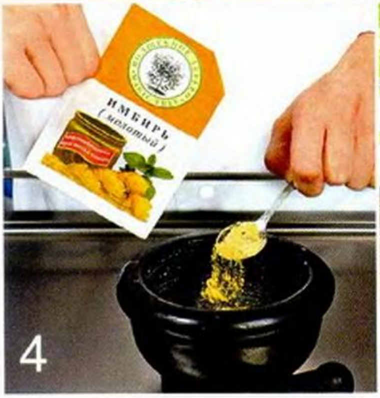


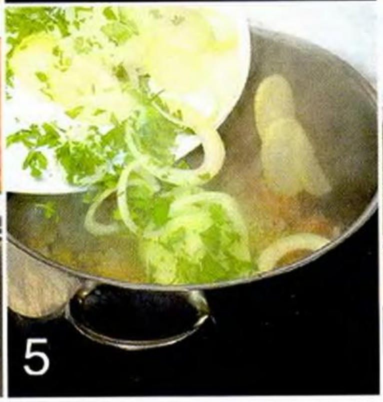
гурули, грузинское блюдо из курицы

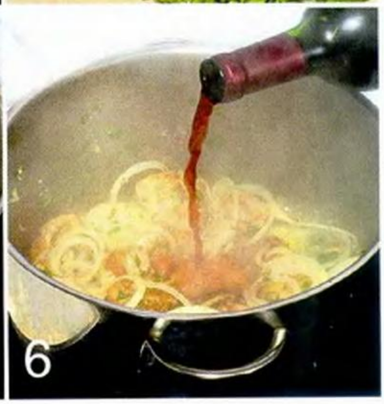












ЧТО НУЖНО:

- **1** жирная курица весом 1,2–1,5 кг
- **1** стакан красного сухого вина
- **2** луковицы
- **3 ст. л.** очищенных грецких орехов
- **1,5 ст. л.** сливочного масла
- **1 ч. л.** молотого имбиря «Волшебное дерево»
- **1 ч. л.** сушеной паприки
- **1 ч. л.** молотой корицы
- **6** бутонов гвоздики
- пучок кинзы
- небольшой пучок петрушки
- соль по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 4–6
1 порция: 601 ккал
белки – 38,9 г, жиры – 46,1 г, углеводы – 7,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курицу вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками. Подкожный жир срезать.

2 Нарезать куриный жир небольшими кусочками. Сливочное масло разогреть в большой сковороде, положить жир. Добавить кусочки курицы, обжарить их до образования румяной корочки, 12–15 мин., и переложить в кастрюлю.

3 Лук очистить, нарезать тонкими кольцами. Грецкие орехи растолочь в ступке. Кинзу и петрушку вымыть, измельчить.

4 Гвоздику растереть с имбирем, паприкой, корицей и солью.

5 Добавить в кастрюлю с курицей лук, грецкие орехи и зелень.

6 Влить вино, перемешать и тушить на среднем огне без крышки 10 мин. Добавить подготовленные пряности, еще раз перемешать, накрыть крышкой и готовить 20 мин.

КСТАТИ

Родина имбиря – Южная Азия. Без этой приправы немыслима кухня Таиланда, Индии, Китая. Именно оттуда имбирь попал в закавказскую, а позднее и в русскую кулинарию. В России имбирь издавна добавляли в сбитни, квасы и меды, использовали в вареньях и выпечке.



Гарантированный результат



А что готовим сегодня? Восхитительная СОЛЯНКА ПО-ДЕРЕВЕНСКИ, ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ ТОМЛЁНАЯ СО СВИНИНОЙ, АРОМАТНОЕ АЗУ ПО-ДОМАШНЕМУ... МАГГИ® НА ВТОРОЕ дарит столько чудесных рецептов, столько замечательных идей! И главное – приготовление этих блюд становится одним удовольствием. Теперь не нужно искать необычные ингредиенты. Ведь у каждой хозяйки найдутся капуста, гречка, солёные огурчики. Берём МАГГИ® НА ВТОРОЕ, следуем рецепту на упаковке и получаем блюдо, которое обязательно понравится всем домашним. Причем точно такое же, как если бы Вы готовили его по старинному рецепту! Не правда ли, здорово?

Традиции русской кухни

У каждого народа свои вкусовые предпочтения. Они определяются наличием тех или иных продуктов и способом их приготовления. Особая прелесть русских кушаний в том, что они традиционно готовились в печи. Томлёные, полутомлёные, тушёные блюда – и каши, и мясо, и овощи – обладали восхитительным вкусом. Взять хотя бы тушёную капусту или томлёную со свининой гречку. Большую роль в развитии нашей кулинарной культуры играло и влияние других народов. В разное время с Запада и Востока к нам приходили замечательные блюда, которые мы давно считаем российскими, – голубцы, пельмени, винегрет, азу... Вот такая она, наша кухня, вкусная, разнообразная и совершенно уникальная!

Гордость русской кухни

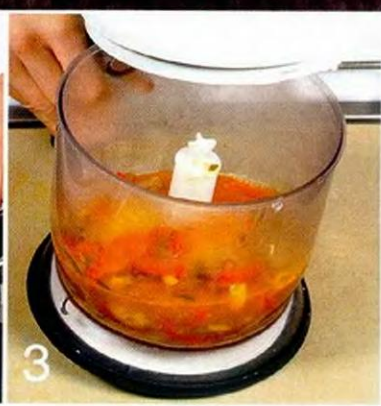
«Гречневая каша – матушка наша», – говорили в старину. И действительно, среди круп, используемых в русской кухне, гречка уверенно занимает первое место. Это исключительно полезный продукт, в котором содержатся ценные растительные белки, витамины группы В, железо, магний, пищевые волокна. Интересно, что гречку очень сложно выращивать и обрабатывать, и лучше всего это делают, конечно, в России (как, впрочем, и готовят). Потому-то мы с Вами и опережаем все страны мира по уровню потребления этой крупы и количеству блюд из неё.






1


Maggi
Ароматный
Чесночок
с кусочками
40г
2


3



судак с соусом из сладкого перца

М≈

ЧТО НУЖНО:

- **1** красный сладкий перец
- **1** желтый сладкий перец
- **150 мл** растительного масла
- **2** луковицы
- **1** веточка эстрагона
- **2** веточки базилика
- **2 ст. л.** белого винного уксуса
- **150 мл** сухого вермута
- **500 мл** овощного или куриного бульона
- **1** небольшой баклажан
- **0,25 ч. л.** мускатного ореха
- **600 г** филе судака на коже
- • растительное масло для обжаривания
- **2 ч. л.** приправы **МАГГИ® АРОМАТНЫЙ ЧЕСНОЧОК**

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 593,6 ккал
белки – 29,9 г, жиры – 47,7 г, углеводы – 11,1 г

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Чтобы соус получился нежнее, замените вермут и уксус на 200 мл сливок жирностью 9%.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить соус.** Перцы вымыть, разрезать на четвертинки и удалить сердцевину. Нарезать мякоть тонкими полосками. Лук очистить, измельчить. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Разогреть в сотейнике растительное масло, положить сладкий перец, лук и зелень. Обжарить, помешивая, 10 мин.

2 Добавить приправу **МАГГИ® АРОМАТНЫЙ ЧЕСНОЧОК**, влить уксус, готовить 1 мин. Влить вермут, перемешать и готовить на среднем огне, не накрывая крышкой, 10 мин.



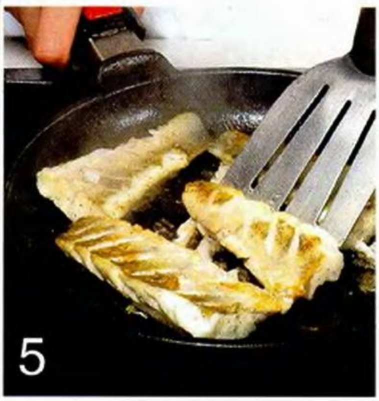
3 Влить бульон, довести до кипения и готовить 15 мин. Перелить соус в чашу блендера. Измельчить в пюре, затем протереть через сито. Отставить в сторону. Перед подачей на стол соус прогреть.

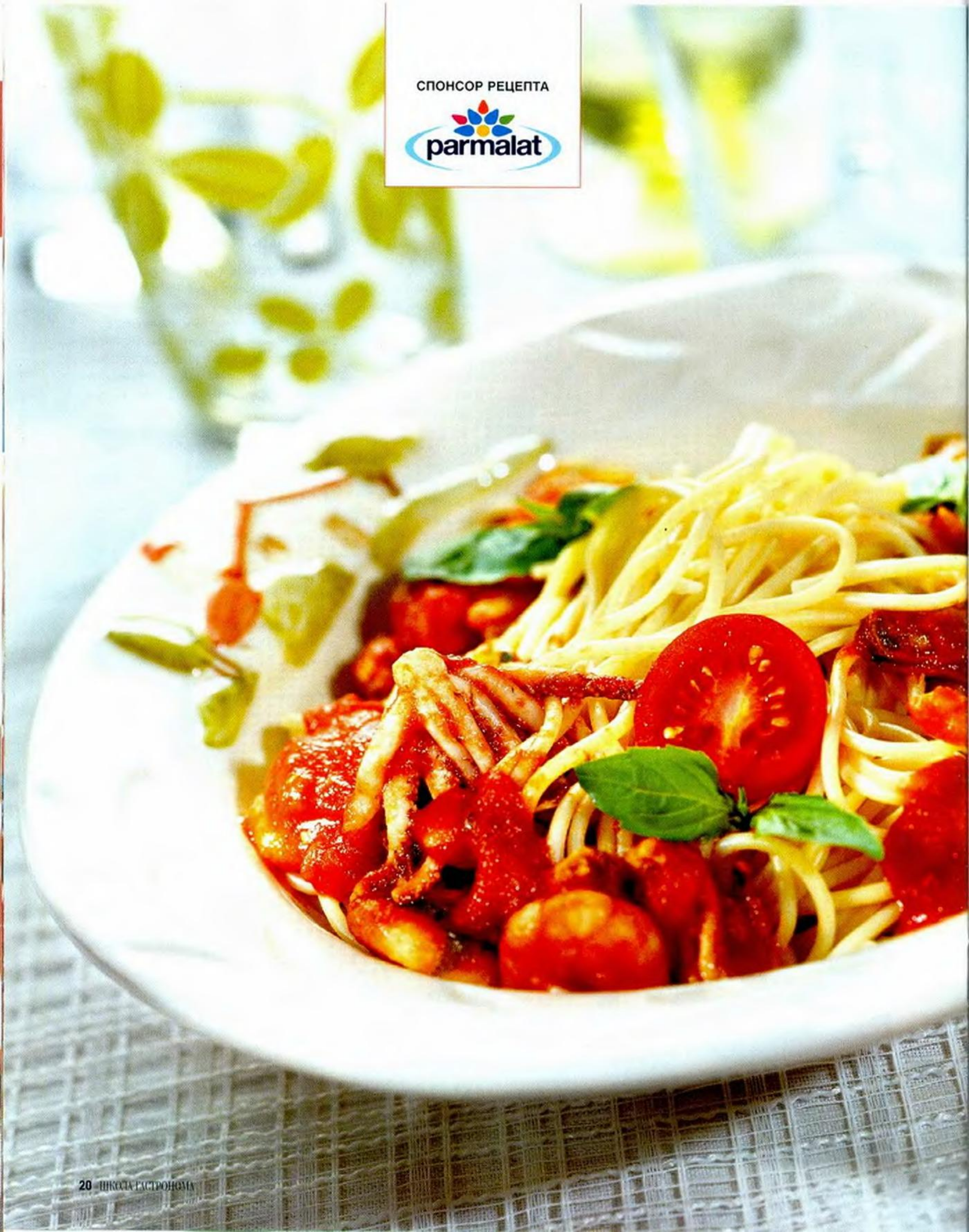
4 Баклажан вымыть, нарезать очень тонкими кружками. Выложить кружки на противень, накрытый пергаментом, присыпать солью и мускатным орехом и оставить на 20 мин. Промокнуть салфетками.
В сотейнике сильно разогреть растительное масло и, опуская в него кружки баклажанов небольшими порциями, обжарить их до хрустящей корочки. Выкладывать готовые баклажаны на бумажные салфетки, чтобы впитался лишний жир.

5 Филе судака вымыть, обсушить. Сделать на коже поперечные надрезы на расстоянии 1 см друг от друга. Посыпать солью.
Разогреть в сковороде растительное масло, положить рыбу кожей вниз и жарить 2–3 мин., перевернуть на другую сторону и готовить еще 2 мин. Снять с огня. Оставить в сковороде на 3 мин.

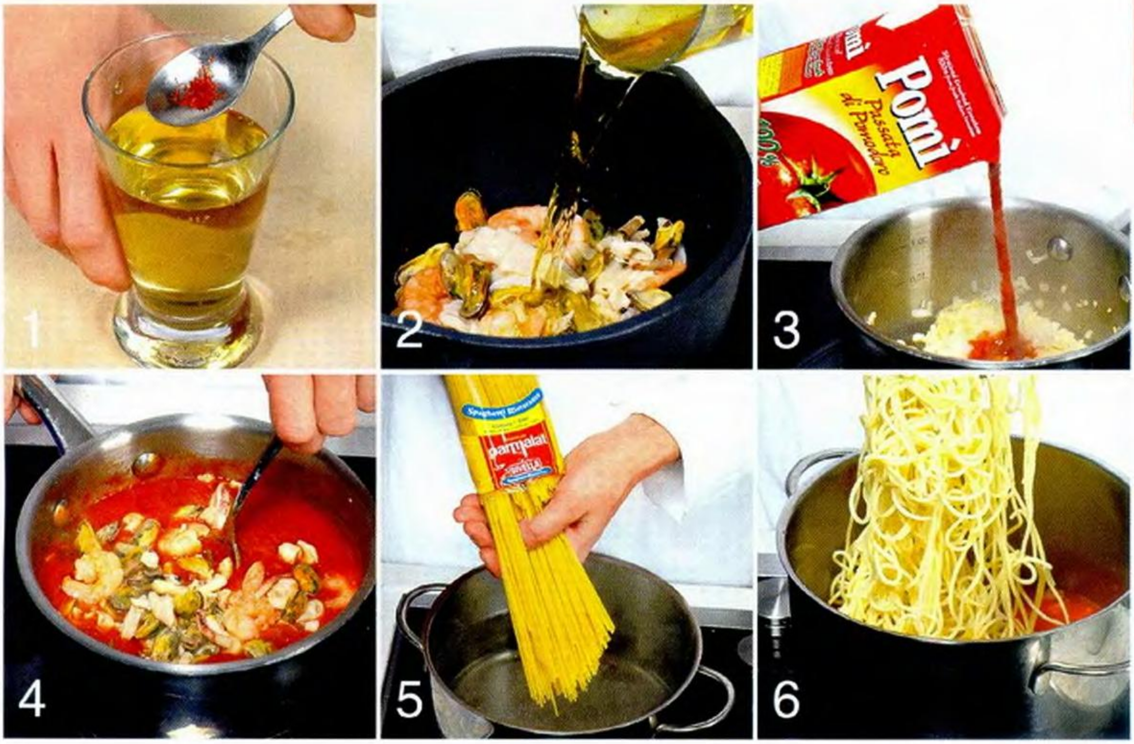
Выложить на порционные тарелки, полить соусом. Подавать с баклажановыми чипсами.


4


5


СПОНСОР РЕЦЕПТА
parmalat

спагетти с морепродуктами



ЧТО НУЖНО:

- **1** стакан белого сухого вина
- щепотка шафрана
- **750 г** смеси морепродуктов «морской коктейль»
- **4 ст. л.** оливкового масла
- **1** небольшая луковица
- **2** зубчика чеснока
- **800 г** протертой мякоти томатов **POMI PARMALAT**
- **1 ст. л.** измельченной зелени базилика
- **400 г** спагетти **DIVELLA**
- крупная морская соль
- свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 4
1 порция: 860,6 ккал
белки – 55,6 г, жиры – 22,2 г,
углеводы – 109,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шафран всыпать в вино, оставить на 10–15 мин.

2 Морской коктейль промыть водой, положить в кастрюлю, влить вино с шафраном. Дать закипеть, готовить 4 мин., снять с огня. Накрыть крышкой и оставить в теплом месте.

3 **Приготовить томатный соус.** Лук и чеснок очистить, измельчить. Разогреть в сотейнике 2 ст. л. оливкового масла, уменьшить огонь, добавить лук и чеснок и готовить 6 мин. Добавить протертую мякоть томатов, базилик и 250 мл воды. Посолить, поперчить по вкусу. Готовить на среднем огне 30 мин.

4 Смешать томатный соус с морским коктейлем.

5 Спагетти отварить согласно инструкции на упаковке. Отбросить на дуршлаг, вернуть в кастрюлю, добавить оставшееся оливковое масло и перемешать.

6 Выложить спагетти в кастрюлю с морским коктейлем и соусом, перемешать и прогреть, 30 сек., при помешивании, разложить по тарелкам и подать.

КСТАТИ

Спагетти DIVELLA – настоящая итальянская паста, для изготовления которой используется пшеница только твердых сортов высшего качества. Протертые помидоры POMI делают исключительно из свежих итальянских помидоров, собранных в июле-августе, т.е. именно тогда, когда плоды вбирают в себя всю силу жаркого итальянского солнца.





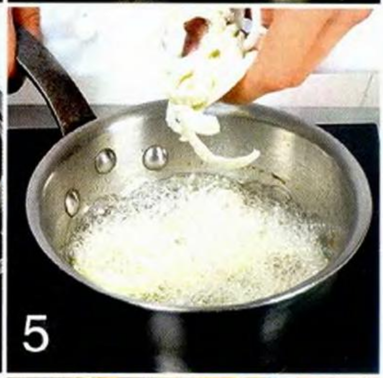






ризотто с тыквой и песто







ЧТО НУЖНО:

Для песто:

- **2** пучка базилика
- **3** зубчика чеснока
- **3 ст. л.** кедровых орешков
- около 1 стакана оливкового масла «экстра вирджин»

Для ризотто:

- **6** зубчиков чеснока
- **1,5 л** куриного бульона
- **85 г** сливочного масла
- **400 г** мякоти тыквы
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **400 г** риса арборио
- **150 г** сыра пармезан
- соль по вкусу

Для хрустящего лука:

- **4** небольшие луковицы
- **100 г** муки
- растительное масло для обжаривания
- соль

Время приготовления: 1 час
Порций: 6
1 порция: 718,9 ккал
белки – 15,7 г, жиры – 44,2 г, углеводы – 64,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить песто.** Базилик вымыть, обсушить и крупно нарвать. Чеснок очистить и крупно нарезать. Орешки обжарить на сухой сковороде, помешивая, 2 мин. Сложить все ингредиенты в блендер и измельчить в густую пасту. Продолжая взбивать, влить оливковое масло так, чтобы получилось густое пюре. Посолить. Переложить в миску и отставить.

2 **Приготовить ризотто.** Тыкву нарезать небольшими кубиками. Разогреть оливковое масло и обжарить тыкву до мягкости, 15 мин.
В сотейнике разогреть 200 мл куриного бульона с половиной сливочного масла. Добавить чеснок и готовить 10 мин.

3 Растопить в сковороде оставшееся сливочное масло. Всыпать рис и обжарить его до прозрачности.

4 Влить в сковороду половник бульона. Готовить, пока он не впитается. Оставшийся бульон добавлять небольшими порциями, каждый раз давая ему впитаться.

5 Тем временем приготовить хрустящий лук. Лук очистить, нарезать очень тонкими кольцами; обвалять их в муке. В невысокую кастрюлю налить масло слоем 2 см и разогреть его в течение 4–5 мин. Порциями обжарить в масле лук до образования хрустящей корочки. Переложить шумовкой на бумажную салфетку.

6 Сыр натереть на мелкой терке, добавить в рис вместе с чесночным бульоном и тыквой. Готовить, помешивая, еще 2 мин. Подать, полив песто и присыпав хрустящим луком.

луковый татэн

М≈

ЧТО НУЖНО:

- **50 г** сливочного масла
- **500 г** маленьких луковиц
- **4 ст. л.** бальзамического уксуса
- **3 ст. л.** сахара
- **3** веточки тимьяна
- **250 г** готового слоеного теста
- соль, перец по вкусу


1


3



Время приготовления: 1 час
Порций: 6
1 порция: 277,9 ккал
белки – 3,3 г, жиры – 15,7 г, углеводы – 30,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Луковицы очистить, разрезать на половинки. Сливочное масло разогреть в сковороде со съемной ручкой, положить лук и обжарить его со всех сторон на среднем огне, до приобретения светло-коричневого цвета, около 7 мин. Добавить уксус, сахар и стакан горячей воды. Готовить, помешивая, еще 5–7 мин. Положить листики тимьяна, соль и перец. Снять с огня.

2 Разогреть духовку до 200 °С. Тесто раскатать в тонкий пласт. Вырезать из него круг чуть большего размера, чем диаметр сковороды.

3 Положить тесто на лук, завернув края внутрь. Поставить в духовку на 25 мин. Готовый пирог перевернуть на блюдо и нарезать порциями.

Средиземноморский плов

Состав:
1 упаковка креветок "Меридиан" 430 г
1 упаковка кальмара "Меридиан" 200 г
1 упаковка коктейля "Меридиан" 150 г
450 г отварного риса
1 свежий перчик чили
2 зубчика чеснока, измельченные
2 средние луковицы, измельченные
30 г сливочного масла
1 столовая ложка оливкового масла



Для соуса:
800 г консервированных или свежих томатов
1 столовая ложка оливкового масла
2 зубчика чеснока, измельченные
соль и свежемолотый черный перец











Способ приготовления:

1 Очистите чили от семян и мелко нарежьте.

2 На большой сковороде разогрейте оливковое и сливочное масло, обжаривайте перчик, лук и чеснок до золотистого цвета. Морепродукты обсушите от масла и выложите на сковороду. Готовьте 2-3 минуты.

3 Для приготовления соуса в отдельной посуде обжарьте в оливковом масле чеснок, добавьте томаты и большой стакан воды. Доведите до кипения и варите на медленном огне до образования однородной массы. Затем процедите через дуршлаг, добавьте соль, перец, специи по вкусу. Получившийся соус добавьте к морепродуктам с отварным рисом и готовьте еще несколько минут.

Снимите с огня, при помощи формы выложите на тарелку и украсьте свежей зеленью.

Приятного аппетита!



тыквенный пирог

ЧТО НУЖНО:

600 г	мякоти тыквы
4	больших сладких яблока
1	лавровый лист
3	яйца
100 мл	молока
100 г	изюма
3 ст. л.	коньяка
150 г	сахара
100 г	панировочных сухарей
2 ст. л.	сливочного масла
1 ч. л.	молотой корицы
•	щепотка соли

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 10–12
1 порция: 199,2 ккал
белки – 3,7 г, жиры – 5,7 г, углеводы – 33,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Очистить от кожуры 2 яблока, разрезать на четвертинки и удалить сердцевину. Мякоть нарезать тонкими ломтиками.

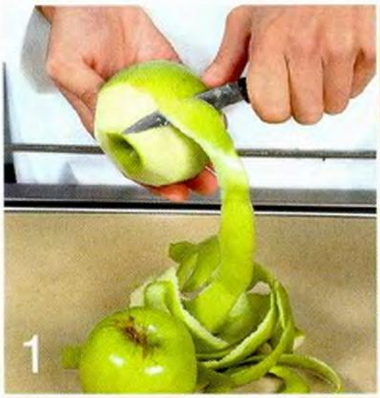
2 Разогреть в сотейнике 1 ст. л. сливочного масла, положить лавровый лист и нарезанные яблоки, готовить 4 мин. Всыпать 2 ст. л. сахара, перемешать, через 3 мин. снять с огня.

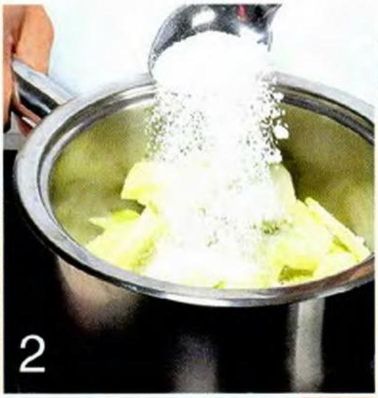
3 Изюм промыть, замочить в коньяке. Тыкву нарезать кубиками и отварить в кипящей, чуть подсоленной воде, 5 мин. Отбросить на дуршлаг и подсушить на пару, 2 мин.

4 Измельчить тыкву в блендере. Добавить молоко, яйца, панировочные сухари, корицу и оставшийся сахар. Взбить до однородной массы.

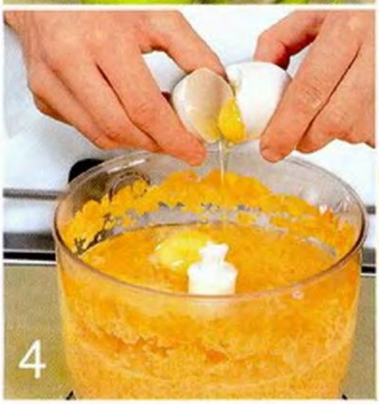
5 Переложить получившуюся массу в миску, добавить карамелизованные яблоки и изюм. Перемешать.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Оставшиеся яблоки нарезать тонкими ломтиками. Разъемную форму для запекания застелить пергаментом, вылить в нее массу. Уложить сверху на тесто ломтики яблок и оставшееся масло, разделенное на маленькие кусочки. Выпекать в духовке 40 мин.

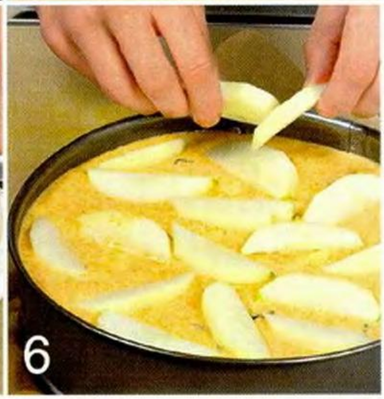












СПОНСОР РЕЦЕПТА

Мистраль



шоколадные бисквиты с клюквой и фисташками

М≈



ЧТО НУЖНО:

- **200 г** сливочного масла
- **300 г** черного шоколада
- **300 г** коричневого сахара **«Мистраль» демерара**
- **4 ст. л.** молока
- **4** яйца
- **200 г** муки
- **0,5 ч. л.** молотой корицы
- **100 г** сушеной клюквы
- **100 г** несоленых неочищенных фисташек
- **4 ст. л.** коричневого сахара **«Мистраль» кристаллы**

Время приготовления: 1 час
Порций: 18
1 порция: 350,9 ккал
белки – 3,2 г, жиры – 19,3 г, углеводы – 41,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Клюкву промыть. Положить в миску и влить несколько ложек кипятка. Через 10 мин. откинуть ягоды на дуршлаг и обсушить. Фисташки очистить от скорлупы, крупно нарубить ножом.

2 Шоколад натереть на терке, поместить в сотейник, добавить сливочное масло, коричневый сахар **демерара «Мистраль»** и молоко. Поставить на средний огонь и готовить, постоянно помешивая, пока смесь не станет абсолютно однородной. Снять с огня.

3 Дать немного остыть, затем по одному вбить яйца, после добавления каждого размешивая смесь до однородности. Добавить просеянную муку, корицу и клюкву. Перемешать.

4 Разогреть духовку до 180 °С. Противень с высокими бортиками застелить пергаментом. Выложить половину получившегося теста, посыпать фисташками.

5 Сверху выложить оставшееся тесто. Разровнять поверхность, поставить в духовку и выпекать 30 мин.

6 Вынуть из духовки, дать остыть на решетке. Нарезать квадратами.
Присыпать поверхность бисквитов коричневым сахаром «Мистраль» кристаллы.

КСТАТИ

Коричневый сахар «Мистраль» – это натуральный продукт, который получается после первичного отжима, очистки и кристаллизации сока сахарного тростника.
Сахар ДЕМЕРАРА обладает особым ароматом и прекрасно оттеняет вкусовую гамму других ингредиентов.
Крупные сверкающие кристаллы сахара КРИСТАЛЛЫ идеально подходят для украшения домашней выпечки и десертов.





ГДЕ КУПИТЬ

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№21 (95), ноябрь 2007
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Гая Галицкая, Александр Ильин, Алла Сергеева
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Ольга Козырева, Елена Кузьмичева, Елена Матвеева, Марина Мешкова, Жанна Русакова (заместитель директора), тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, тел.: (495) 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам) тел.: (495) 725-1070 факс: (495) 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: (495) 792-5562

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

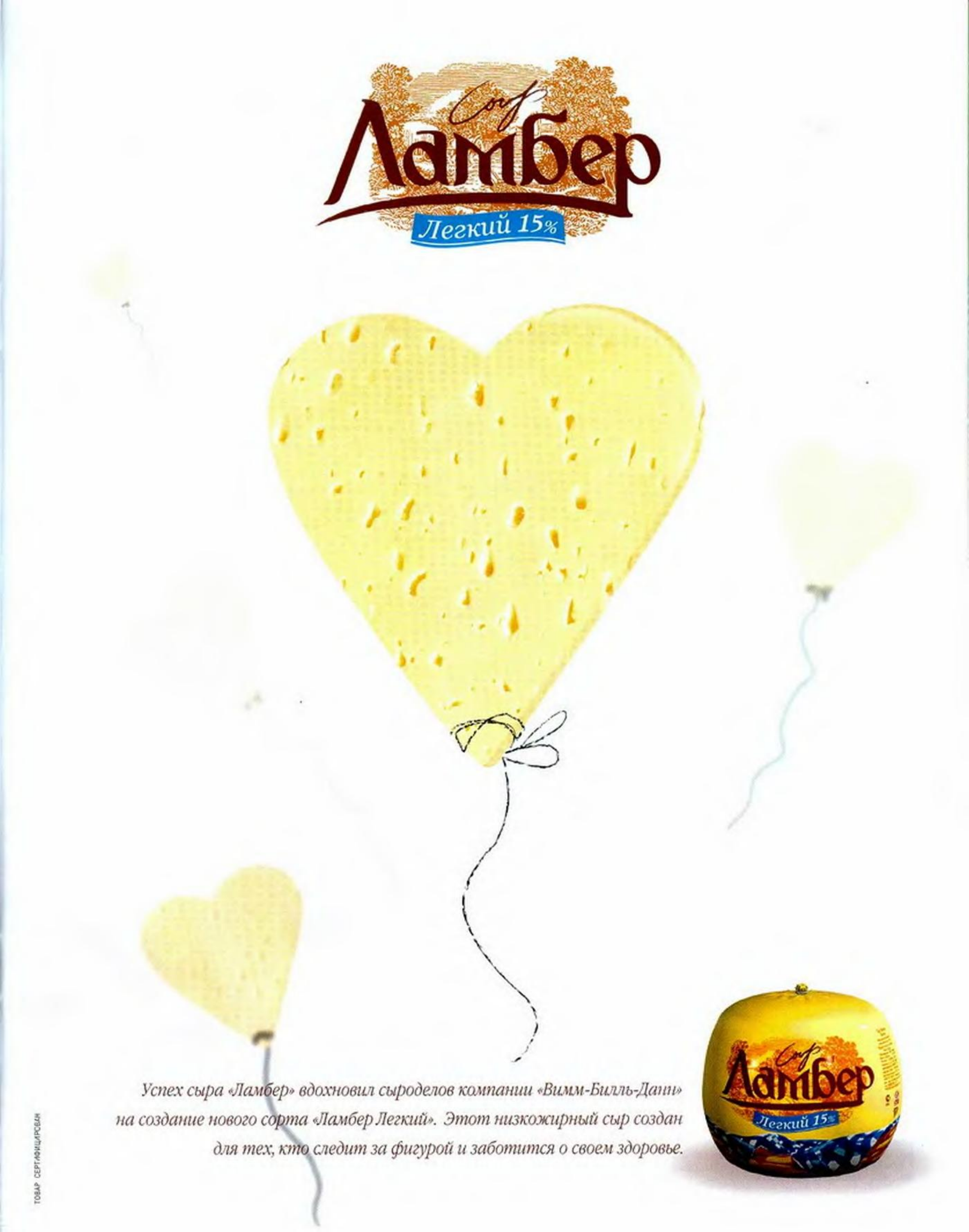
Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс» тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела), Любовь Попова, Виктор Фролкин

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 220 000 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07. 2003 г.


Сыр
Ламбер
Легкий 15%
Успех сыра «Ламбер» вдохновил сыроделов компании «Вимм-Билль-Данн»
на создание нового сорта «Ламбер Легкий». Этот низкожирный сыр создан
для тех, кто следит за фигурой и заботится о своем здоровье.
Сыр
Ламбер
Легкий 15%
ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН



Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка

2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика

3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев

4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов

5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

** Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

** Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней*

** В цену подписки не включена комиссия Сбербанка*

** Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

• **На наших сайтах** www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера.
Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.

• **Подписка для юридических лиц** оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: natalia.kosheleva@idvz.ru

• **Подписка на журналы в других странах:**
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary:
ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252
With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982,
Moscow S.W.I.F.T.
Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30,
125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York,
USA SWIFT Code: IRVTUS3N Acc.890-0057-610

** Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты*

• **Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:**

1. Объединенный каталог «Пресса России» и Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44140, 44141
Школа гастронома – 83273, 84584
Коллекция рецептов – 45732, 36979
Садовник – 46505, 20218
Ручная работа – 18131, 18546

2. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы:
Гастрономъ – 12598, 99378
Школа гастронома – 12599, 11308
Коллекция рецептов – 24651, 79159
Садовник – 63427, 24324
Ручная работа – 12439, 24323

3. Интер-Почта-2003
тел.: (495) 500-0060 (Москва),
(495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)

4. Вся пресса, тел.: (495) 787 3445

5. ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск,
тел.: (017) 291-9891
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141
Школа гастронома – 81158
Коллекция рецептов – 36979
Садовник – 46345
Ручная работа – 00142

6. Подписное агентство KSS, г. Киев,
тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220

7. Урал-Пресс, г. Екатеринбург,
тел.: (495) 214-5162, (3432) 75-6274

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

С 1 октября 2007 года открывается редакционная подписка на 2008 год:

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц. Стоимость годовой подписки на 2008 год для новых подписчиков – 960 руб. Стоимость льготной годовой подписки на 2008 год для подписчиков прошлых лет – 880 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

ГАСТРОНОМЪ журнал для тех, кто ест

Журнал выходит 1 раз в месяц. Стоимость годовой подписки на 2008 год для новых подписчиков – 960 руб. Стоимость льготной годовой подписки на 2008 год для подписчиков прошлых лет – 880 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $8,3. Для остальных стран – $11.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц. Стоимость годовой подписки на 2008 год для новых подписчиков – 960 руб. Стоимость льготной годовой подписки на 2008 год для подписчиков прошлых лет – 880 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

РУЧНАЯ РАБОТА

Журнал выходит 2 раза в месяц. Стоимость годовой подписки на 2008 год для новых подписчиков – 960 руб. Стоимость льготной годовой подписки на 2008 год для подписчиков прошлых лет – 880 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц. Стоимость годовой подписки на 2008 год для новых подписчиков – 600 руб. Стоимость льготной годовой подписки на 2008 год для подписчиков прошлых лет – 550 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $5,6. Для остальных стран – $7,8.

Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик